

## DINAMIKA RELASI SOSIAL PASANGAN LANJUT USIA *EMPTY NEST* DI DESA BOTUTONUO KECAMTAN KABILA BONE

Dewinta Rizky R. Hatu<sup>1</sup>, Sahrain Bumulo<sup>2</sup>, Muslima Musa<sup>3</sup>

Jurusan Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Gorontalo<sup>1,2,3</sup>

Email: [dewinta@ung.ac.id](mailto:dewinta@ung.ac.id)<sup>1</sup>, [Sahrain@ung.ac.id](mailto:Sahrain@ung.ac.id)<sup>2</sup>, [muslimamusa850@gmail.com](mailto:muslimamusa850@gmail.com)

### Abstract

*Social relationships play an important role in the lives of elderly empty-nest couples. Empty nest refers to a situation in which children have left the family home, leaving elderly couples to live together on their own. Under these circumstances, some parents often experience feelings of sadness, loneliness, and social isolation, which can have significant impacts on their lives, both emotionally and in terms of their social relationships. The purpose of this study is to understand the dynamics of social relations experienced by elderly couples in facing the empty nest condition. This research employed a qualitative method with a descriptive approach. Data were collected through field observations, in-depth interviews, and documentation. The informants consisted of elderly couples, village officials, and community members selected purposively based on their involvement and understanding of the social conditions of the elderly. Data analysis was carried out through data reduction, data presentation, and conclusion drawing and verification. The findings reveal that the empty nest condition brings emotional and social changes to elderly couples, including reduced family interaction and feelings of loneliness. Nevertheless, the elderly couples were able to adapt by engaging in daily activities such as gardening, trading, and participating in social activities within the community. Social relationships established through interactions with spouses, neighbors, and the surrounding community became important sources of social and emotional support in maintaining their daily lives.*

**Keywords:** social relations, elderly couples, empty nest, social adaptation, social life.

### Abstrak

Relasi sosial memiliki peran penting bagi kehidupan pasangan lansia *empty nest*. *Empty nest* terjadi ketika anak-anak telah meninggalkan rumah sehingga pasangan lansia menjalani kehidupan rumah tangga hanya berdua, pada kondisi tersebut, sebagian orang tua sering mengalami perasaan sedih, kesepian, hingga merasa terasing, yang pada akhirnya memberikan dampak cukup besar terhadap kehidupan lansia, baik secara emosional maupun dalam hubungan sosial mereka. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dinamika relasi sosial yang dialami pasangan lansia dalam menghadapi kondisi *empty nest*. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi lapangan, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Informan penelitian meliputi pasangan lansia, aparat desa, serta masyarakat sekitar yang dipilih secara purposive sesuai dengan keterlibatan dan pemahaman mereka terhadap kondisi sosial lansia. Analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa kondisi *empty nest* memunculkan perubahan dalam kehidupan emosional maupun sosial pasangan lansia, seperti berkurangnya intensitas interaksi keluarga dan munculnya rasa kesepian. Meski demikian, pasangan lansia mampu menyesuaikan diri dengan melibatkan diri dalam aktivitas sehari-hari seperti berkebun, berdagang, dan mengikuti kegiatan sosial di lingkungan sekitar. Hubungan sosial yang dibangun melalui interaksi dengan pasangan, tetangga, dan masyarakat turut menjadi sumber dukungan sosial dan emosional bagi lansia dalam mempertahankan keberlangsungan hidup sehari-hari.

**Kata Kunci:** Relasi sosial, lansia, *empty nest*, adaptasi sosial, kehidupan sosial.

## PENDAHULUAN

Lanjut usia merupakan kelompok masyarakat yang berada pada tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia (Raudhoh & Pramudiani, 2021). Pada tahap ini, lansia mengalami berbagai perubahan, baik dari segi fisik, psikologis, maupun sosial. Perubahan tersebut juga memengaruhi pola aktivitas serta hubungan sosial lansia dalam kehidupan sehari-hari. Peningkatan jumlah penduduk lansia saat ini menjadi fenomena yang terjadi di berbagai negara, termasuk Indonesia. Meningkatnya angka harapan hidup menyebabkan jumlah populasi lansia terus bertambah setiap tahunnya (Wulandari & Irfan, 2023). Kondisi ini membawa berbagai dampak dalam kehidupan masyarakat, terutama yang berkaitan dengan kesejahteraan sosial dan hubungan keluarga pada lanjut usia.

Data Badan Pusat Statistik tahun 2024 menunjukkan bahwa jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia telah mencapai lebih dari 12% dari total populasi. Angka tersebut menunjukkan bahwa Indonesia mulai memasuki era masyarakat menua atau *aging population*. Bertambahnya jumlah lansia tidak hanya berdampak pada sektor kesehatan dan ekonomi, tetapi juga memunculkan perubahan dalam pola kehidupan keluarga dan interaksi sosial masyarakat. Lansia menjadi kelompok yang memerlukan perhatian lebih karena pada tahap ini mereka menghadapi keterbatasan fisik sekaligus perubahan dalam hubungan sosial (Ricco Habil & Berlianti, 2023). Keadaan tersebut menyebabkan lansia menjadi kelompok yang rentan menghadapi perubahan psikologis dan sosial, khususnya saat dukungan dari keluarga mulai menurun.

Pada kehidupan keluarga modern, hubungan antara orang tua dan anak mengalami banyak perubahan. Mobilitas sosial yang semakin tinggi menyebabkan anak-anak cenderung tinggal terpisah dari orang tua setelah menikah, bekerja, atau melanjutkan pendidikan di daerah lain. Kondisi tersebut menjadikan sebagian orang tua lanjut usia harus menjalani kehidupan rumah tangga tanpa kehadiran anak-anak di dalam rumah. Keadaan tersebut dikenal dengan istilah *empty nest*, yaitu kondisi ketika anak-anak telah meninggalkan rumah sehingga orang tua menjalani kehidupan hanya bersama pasangan atau bahkan seorang diri. Fase ini menjadi bagian dari perubahan struktur keluarga yang cukup umum dialami pasangan lanjut usia. Perubahan tersebut sering kali menghadirkan suasana rumah yang berbeda karena berkurangnya aktivitas dan interaksi keluarga di dalam rumah tangga (Dwisetyo, 2024).

Bagi sebagian lansia, kondisi *empty nest* dapat memunculkan perasaan kehilangan, kesepian, maupun perubahan emosional lainnya. Berkurangnya interaksi dengan anak-anak menyebabkan sebagian pasangan lansia merasa adanya perubahan besar dalam kehidupan sehari-hari mereka (Dewi et al., 2022). Situasi tersebut tidak hanya memengaruhi kondisi emosional, tetapi juga berdampak pada hubungan sosial lansia dengan lingkungan sekitar.

Dalam menghadapi kondisi tersebut, pasangan lansia perlu melakukan penyesuaian terhadap perubahan yang terjadi dalam keluarga. Upaya penyesuaian tersebut dilakukan melalui berbagai aktivitas sosial maupun produktif yang membantu mereka tetap aktif dalam kehidupan sehari-hari. Melalui aktivitas tersebut, pasangan lansia berusaha mempertahankan keseimbangan emosional sekaligus menjaga hubungan sosial dengan masyarakat sekitar. Relasi sosial menjadi salah satu aspek penting dalam kehidupan pasangan lansia. Relasi sosial dipahami sebagai hubungan timbal balik yang terjalin melalui proses interaksi antarindividu maupun kelompok dalam kehidupan bermasyarakat (Hasanah & Efendi, 2024). Hubungan tersebut dapat berbentuk kerja sama, komunikasi, solidaritas, dan dukungan sosial yang berlangsung dalam kehidupan sehari-hari.

Bagi lansia, keberadaan relasi sosial memiliki arti yang sangat penting karena dapat membantu mereka mengurangi rasa kesepian serta mempertahankan kualitas hidup pada usia lanjut. Interaksi yang terjalin dengan pasangan, keluarga, tetangga, maupun masyarakat sekitar menjadi sumber dukungan sosial dan emosional bagi pasangan lansia dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Selain itu, hubungan sosial juga berfungsi sebagai sarana adaptasi pasangan lansia dalam menghadapi perubahan kehidupan keluarga pada fase *empty nest*. Lansia yang tetap aktif berinteraksi dengan lingkungan sosial cenderung lebih mudah menyesuaikan diri dibandingkan mereka yang mengalami keterasingan sosial. Oleh sebab itu, relasi sosial memiliki peranan penting dalam menjaga keberlangsungan kehidupan sosial pasangan lansia (Andrianti et al., 2023).

Dalam perspektif sosiologi, George Simmel menjelaskan bahwa masyarakat terbentuk melalui proses interaksi sosial yang berlangsung secara terus-menerus. Menurut Simmel, hubungan sosial lahir dari adanya interaksi timbal balik antarindividu dalam kehidupan sehari-hari. Interaksi tersebut kemudian membentuk pola hubungan

sosial yang berkembang secara dinamis di dalam masyarakat (Pelawi et al., 2025). Pemikiran George Simmel relevan digunakan untuk memahami kehidupan pasangan lansia pada fase empty nest. Setelah anak-anak tidak lagi tinggal bersama, pasangan lansia tetap membangun hubungan sosial melalui berbagai aktivitas sosial dan produktif melalui interaksi yang mereka lakukan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui teori interaksi sosial, kehidupan pasangan lansia dapat dipahami sebagai proses hubungan timbal balik yang terus berlangsung dalam lingkungan sosial. Interaksi yang dilakukan pasangan lansia tidak hanya bertujuan memenuhi kebutuhan sosial, tetapi juga menjadi sarana mempertahankan rasa kebersamaan, dukungan emosional, serta makna hidup setelah anak-anak tidak lagi tinggal bersama mereka.

Desa Botutonuo merupakan salah satu wilayah yang memiliki pasangan lansia yang hidup tanpa kehadiran anak-anak di rumah. Sebagian besar anak mereka telah menikah dan tinggal terpisah sehingga pasangan lansia menjalani kehidupan rumah tangga hanya bersama pasangan. Kondisi tersebut mencerminkan adanya perubahan dalam struktur keluarga yang kemudian memengaruhi pola kehidupan sosial lansia. Walaupun hidup dalam kondisi empty nest, pasangan lansia di Desa Botutonuo tetap aktif menjalankan berbagai aktivitas sosial dan produktif. Sebagian pasangan lansia memanfaatkan waktu dengan berkebun, berdagang, menghadiri kegiatan keagamaan, dan menjalin komunikasi dengan masyarakat sekitar. Aktivitas tersebut menjadi bagian dari proses penyesuaian sosial dalam menghadapi perubahan kehidupan keluarga.

Keterlibatan pasangan lansia dalam berbagai aktivitas sosial dan produktif menunjukkan bahwa mereka tetap berupaya mempertahankan hubungan dengan lingkungan sekitar. Interaksi sosial yang terjalin melalui kegiatan masyarakat membantu lansia memperoleh dukungan sosial sekaligus menjaga rasa kebersamaan dalam kehidupan sehari-hari. Fenomena tersebut memperlihatkan bahwa kehidupan pasangan lansia dalam kondisi empty nest tidak selalu identik dengan keterasingan sosial. Sebaliknya, pasangan lansia mampu membangun relasi sosial sebagai bentuk adaptasi dalam menghadapi perubahan struktur keluarga. Hubungan sosial yang mereka bangun menjadi salah satu cara untuk mempertahankan keseimbangan sosial dan emosional pada usia lanjut .

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kondisi empty nest memengaruhi kehidupan sosial pasangan lansia. Seperti penelitian yang di lakukan

(Juneja., et al 2020), menemukan bahwa pasangan lansia yang hidup terpisah dari anak-anak berusaha mempertahankan kualitas hidup melalui aktivitas sosial dan hubungan dengan lingkungan sekitar. Kegiatan sosial tersebut membantu mereka mengurangi rasa kesepian serta mempertahankan keseimbangan emosional dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian lain yang dilakukan (Putri, 2024), oleh juga menunjukkan bahwa pasangan lansia dalam kondisi empty nest mampu melakukan penyesuaian melalui dukungan pasangan, keterlibatan dalam aktivitas sosial, serta hubungan yang baik dengan masyarakat sekitar. Dukungan sosial dari lingkungan menjadi faktor penting dalam membantu lansia menghadapi perubahan kehidupan keluarga.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu lebih banyak membahas empty nest dari sisi psikologis. Kajian mengenai dinamika relasi sosial pasangan lansia, khususnya dalam konteks kehidupan masyarakat pedesaan, masih belum banyak dilakukan. Padahal, kehidupan sosial masyarakat desa memiliki karakteristik yang berbeda, terutama dalam hal hubungan kekerabatan dan solidaritas sosial antarwarga. Penelitian ini memiliki fokus yang berbeda karena lebih menitikberatkan pada dinamika relasi sosial pasangan lansia dalam kehidupan empty nest. Penelitian ini tidak hanya melihat dampak emosional yang dialami lansia, tetapi juga mengkaji bagaimana pasangan lansia membangun hubungan sosial, mempertahankan interaksi dengan lingkungan, serta menyesuaikan diri terhadap perubahan struktur keluarga.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika relasi sosial pasangan lanjut usia dalam fase empty nest di Desa Botutonuo. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian sosiologi keluarga dan kehidupan sosial lansia, khususnya mengenai hubungan sosial pasangan lansia di lingkungan masyarakat pedesaan.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif yaitu metode yang berfokus pada pemahaman mendalam terhadap suatu fenomena melalui pengumpulan data berupa narasi, pengalaman, cerita, serta makna yang diungkapkan oleh individu maupun kelompok (Abdussamad,2021). Pendekatan tersebut dipilih karena penelitian berupaya memahami secara mendalam pengalaman sosial pasangan lanjut usia dalam menjalani fase empty nest. Melalui metode kualitatif,

peneliti dapat menggali berbagai bentuk hubungan sosial, pola interaksi, serta proses penyesuaian yang dialami pasangan lansia dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan penelitian deskriptif bertujuan untuk menggambarkan kondisi sosial pasangan lanjut usia berdasarkan fakta yang ditemukan di lapangan. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman yang lebih rinci mengenai dinamika relasi sosial pasangan lansia tanpa melakukan perlakuan atau manipulasi terhadap objek penelitian. Dengan demikian, data yang diperoleh mencerminkan realitas sosial yang dialami informan secara langsung.

Penelitian dilaksanakan di Desa Botutonuo Kecamatan Kabila Bone Kabupaten Bone Bolango. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada adanya pasangan lanjut usia yang hidup dalam kondisi empty nest, yaitu situasi ketika anak-anak telah tinggal terpisah dari orang tua karena menikah, bekerja, ataupun alasan lainnya. Selain itu, kehidupan sosial masyarakat desa yang masih memiliki hubungan kekerabatan dan interaksi sosial yang cukup kuat menjadi alasan penting dalam pemilihan lokasi penelitian.

Subjek penelitian ini terdiri atas pasangan lanjut usia yang mengalami fase empty nest. Penelitian juga melibatkan aparat desa dan masyarakat sekitar sebagai informan tambahan guna memperoleh informasi yang lebih luas mengenai kehidupan sosial pasangan lansia di lingkungan masyarakat. Informan pendukung dipilih agar data yang diperoleh tidak hanya berasal dari pasangan lansia, tetapi juga dari pihak yang mengetahui kondisi sosial mereka dalam kehidupan sehari-hari. Penentuan informan dilakukan menggunakan teknik purposive sampling. Teknik tersebut digunakan dengan mempertimbangkan bahwa informan yang dipilih memiliki pengalaman dan pemahaman yang sesuai dengan fokus penelitian (Firmansyah, 2022). Adapun kriteria informan utama dalam penelitian ini meliputi pasangan lanjut usia yang tinggal tanpa anak di rumah, masih menjalankan aktivitas sosial sehari-hari, serta bersedia memberikan informasi mengenai pengalaman mereka dalam menghadapi kondisi empty nest.

Pengumpulan data dalam penelitian ini diawali dengan kegiatan observasi yang dilakukan secara langsung di Desa Botutonuo. Pada tahap ini, peneliti mengamati berbagai aktivitas pasangan lansia dalam kehidupan sehari-hari, termasuk kegiatan produktif seperti berkebun, berjualan, dan menangkap ikan, pola interaksi antara suami

dan istri, serta hubungan sosial yang terjalin dengan masyarakat di sekitar tempat tinggal mereka. Melalui observasi tersebut, peneliti memperoleh gambaran mengenai kondisi sosial pasangan lansia dalam menjalani kehidupan rumah tangga tanpa kehadiran anak. Tahap berikutnya dilakukan melalui wawancara mendalam dengan pasangan lansia sebagai informan utama penelitian. Wawancara bertujuan untuk menggali informasi mengenai pengalaman hidup, bentuk relasi sosial yang dibangun, serta berbagai upaya yang dilakukan dalam memenuhi kebutuhan dan mempertahankan keberlangsungan hidup sehari-hari. Untuk melengkapi data, wawancara juga dilakukan dengan aparat desa dan masyarakat sekitar yang mengetahui kehidupan pasangan lansia sehingga diperoleh informasi yang lebih komprehensif. Selain itu, peneliti menggunakan studi dokumentasi sebagai sumber data pendukung. Dokumentasi yang dikumpulkan meliputi foto selama proses penelitian, catatan hasil pengamatan lapangan, profil desa, serta dokumen lain yang relevan dengan fokus penelitian. Data dokumentasi tersebut digunakan untuk memperkuat temuan yang diperoleh dari hasil observasi dan wawancara sehingga data penelitian menjadi lebih valid dan mendalam (Rifa'i, 2023).

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Asep Mulyana, 2024). Pada tahap reduksi data, peneliti memilih serta menyederhanakan data yang relevan dengan fokus penelitian. Selanjutnya, data disusun dan disajikan dalam bentuk uraian deskriptif agar lebih mudah dipahami. Tahap akhir dilakukan dengan menarik kesimpulan berdasarkan hasil interpretasi data yang telah dianalisis. Teknik yang digunakan antara lain triangulasi sumber dan metode, member check untuk mengecek kembali informasi kepada informan, serta diskusi dengan rekan sejawat sebagai bentuk validasi eksternal yang bertujuan untuk meminimalkan kesalahan interpretasi data serta memastikan konsistensi antara temuan dan kondisi nyata di lapangan (Syamil et al., 2023).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Kondisi Kehidupan Pasangan lansia *Empty Nest***

*Empty nest* merupakan tahap dalam kehidupan keluarga ketika anak-anak tidak lagi tinggal bersama orang tua karena telah menikah, bekerja, ataupun membangun rumah tangga sendiri. Situasi ini membawa perubahan yang cukup besar bagi pasangan lanjut usia, baik dalam aspek emosional, hubungan keluarga, maupun kehidupan sosial

sehari-hari. Menurut Mohebi et al., (2024), fase *empty nest* sering memunculkan perasaan sedih, kesepian, hingga rasa terasing pada orang tua lanjut usia. Hal tersebut juga tampak pada lansia di Desa Botutonuo, hal ini terjadi karena sebagian besar anak mereka telah hidup terpisah dari orang tua.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada awal memasuki fase *empty nest*, pasangan lansia mengalami perubahan emosional yang cukup terasa. Seperti apa yang di sampaikan bapak aji suami dari ibu Marlin “*Anak-anaknya saya semuanya sudah menikah, sekarang tinggal dan bekerja di kampung pasangannya, awal-awal mereka pergi itu memang terasa sunyi sekali rumah yang biasa ada anak-anak sekarang tinggal hanya berdua sama suami. Istri saya dulu sampai sakit, selalu kepikiran anak-anak yang lama pulang. Tapi lama-lama sudah biasa. Sekarangg waktunya kami banyak kami isi dengan kegiatan sehari-hari.*” (Wawancara 27 februari 2026). Rumah yang sebelumnya ramai oleh aktivitas keluarga berubah menjadi lebih tenang dan sepi setelah anak-anak tidak lagi tinggal bersama. Keadaan tersebut menimbulkan rasa kehilangan, kesepian, serta kekhawatiran terhadap kondisi anak-anak yang berada jauh dari rumah. Pasangan lansia membutuhkan waktu untuk menyesuaikan diri dengan perubahan suasana rumah dan pola kehidupan yang baru. Selain itu, interaksi dalam keluarga yang sebelumnya berlangsung secara intens setiap hari menjadi semakin berkurang sehingga sebagian besar aktivitas dijalani hanya bersama pasangan.

Fase *empty nest* juga membawa perubahan terhadap peran orang tua di desa Botutonuo dalam keluarga. Sebelumnya, orang tua memiliki tanggung jawab utama dalam mengasuh, memenuhi kebutuhan, serta mengambil keputusan yang berkaitan dengan kehidupan anak-anak. Namun setelah anak hidup mandiri, keterlibatan tersebut mulai berkurang . Peran orang tua tidak lagi berfokus pada pengasuhan secara langsung, melainkan lebih pada memberikan dukungan, perhatian, dan nasihat ketika anak menghadapi persoalan tertentu. Hal tersebut di sampaikan oleh ibu Sair “*Saat anak-anak saya masih tinggal menetap di rumah ini dulu, semua kebutuhan anak-anak adalah tanggung jawab saya dan suami mulai dari kebutuhan makanan,sekolah dan lain-lain. Tapi sekarang sudah tidak seperti itu lagi, karena mereka sudah punya rumah tangga dan tanggung jawab sendiri.* (Wawancara 27 februari 2026). Perubahan ini memperlihatkan adanya penyesuaian dalam hubungan keluarga, di mana posisi orang tua tetap penting meskipun tidak lagi terlibat secara intens seperti sebelumnya.

Perubahan lainnya terlihat dalam pola interaksi antara orang tua dan anak. Komunikasi yang sebelumnya dilakukan secara langsung setiap hari kini lebih banyak berlangsung melalui telepon atau saat anak pulang berkunjung. Pertemuan keluarga tidak lagi terjadi secara rutin, melainkan hanya pada waktu-waktu tertentu seperti acara keluarga atau kesempatan khusus lainnya. Meskipun frekuensi komunikasi mengalami penurunan, pasangan lansia tetap berupaya menjaga hubungan baik dengan anak-anak mereka. Hal tersebut menunjukkan bahwa hubungan keluarga tetap terpelihara walaupun bentuk interaksinya mengalami perubahan.

Dalam menghadapi kondisi tersebut, pasangan lansia di Desa Botutonuo melakukan berbagai penyesuaian untuk mengisi aktivitas sehari-hari. Sebagian dari mereka memilih melakukan kegiatan produktif seperti berjualan untuk membantu memenuhi kebutuhan rumah tangga sekaligus mengurangi ketergantungan ekonomi terhadap anak-anak. Selain itu, ada pula pasangan lansia yang memanfaatkan kebun sebagai sumber pangan dan tambahan penghasilan keluarga. Aktivitas berkebun tidak hanya memberikan manfaat ekonomi, tetapi juga menjadi sarana untuk tetap aktif dan menjalin hubungan sosial dengan masyarakat sekitar, misalnya melalui kebiasaan berbagi hasil panen kepada tetangga. Hal ini di sampaikan oleh ibu Erna *“Setelah anak-anak saya tidak tinggal di rumah lagi, saya coba mengisi aktivitas harian saya dengan berkebun, karena selain menambah pendapatan ekonomi rumah tangga, kami juga tidak selalu ketergantungan dengan uang atau kebutuhan lainnya dari anak-anak saya. Kadang kalau lebih kami memberikan sebagian ke tetangga”* (Wawancara 25 februari 2026). Berbagai aktivitas yang dilakukan pasangan lansia menunjukkan adanya upaya untuk mempertahankan kemandirian sosial dan ekonomi setelah memasuki fase *empty nest*. Aktivitas tersebut tidak hanya membantu mengurangi rasa kesepian, tetapi juga memberikan makna serta kesibukan dalam kehidupan sehari-hari. Hubungan yang harmonis dengan pasangan serta dukungan dari lingkungan sekitar turut menjadi faktor penting dalam membantu pasangan lansia menghadapi perubahan kondisi keluarga.

Temuan penelitian ini dapat dipahami melalui teori interaksi sosial dari Georg Simmel yang menjelaskan bahwa kehidupan sosial terbentuk melalui hubungan timbal balik antarindividu ( Nurullah & Parmin, 2022). Perubahan dalam pola dan intensitas interaksi akan memengaruhi bentuk hubungan sosial yang terjalin di dalam keluarga maupun masyarakat. Pada pasangan lansia di Desa Botutonuo, berkurangnya interaksi

langsung dengan anak-anak menyebabkan perubahan dalam hubungan keluarga. Akan tetapi, hubungan tersebut tetap dipertahankan melalui komunikasi, dukungan emosional, serta keterlibatan pasangan lansia dalam kehidupan sosial masyarakat. Dengan demikian, dinamika kondisi kehidupan pasangan lansia *empty nest* memperlihatkan adanya perubahan dalam aspek emosional, peran keluarga, pola interaksi, serta aktivitas sosial ekonomi. Meskipun pada tahap awal pasangan lansia mengalami perasaan sedih dan kesepian akibat perpisahan dengan anak-anak, mereka secara bertahap mampu menyesuaikan diri melalui aktivitas produktif, hubungan yang harmonis dengan pasangan, serta dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pasangan lansia tetap mampu mempertahankan keseimbangan kehidupan sosial dan emosional meskipun mengalami perubahan dalam struktur keluarga.

#### **B. Relasi Asosiatif Dan Disosiatif Pasangan lanjut Usia *Empty Nest***

Relasi sosial merupakan hubungan yang terbentuk antarindividu dalam kehidupan bermasyarakat dan berlangsung secara terus-menerus sehingga membentuk pola interaksi tertentu. Menurut Spradley dan McCurdy, relasi sosial dibedakan menjadi dua bentuk, yaitu relasi sosial asosiatif dan disosiatif. Relasi sosial asosiatif mengarah pada hubungan yang dibangun melalui kerja sama, solidaritas, dan keharmonisan, sedangkan relasi sosial disosiatif berkaitan dengan hubungan yang diwarnai oleh perbedaan pendapat, pertentangan, maupun konflik dalam interaksi sosial sehari-hari (Amin, 2022). Berdasarkan hasil penelitian, kedua bentuk relasi sosial tersebut ditemukan dalam kehidupan pasangan lansia di Desa Botutonuo pada fase *empty nest*.

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa relasi sosial asosiatif lebih dominan dalam kehidupan pasangan lansia. Temuan ini diperoleh melalui wawancara dan observasi yang menunjukkan bahwa pasangan lansia masih aktif terlibat dalam berbagai aktivitas sosial di lingkungan masyarakat. Keterlibatan tersebut tampak melalui partisipasi dalam kegiatan gotong royong, pengajian, arisan, komunitas pertanian, serta berbagai kegiatan sosial lainnya di desa. Keikutsertaan dalam aktivitas tersebut mencerminkan adanya hubungan sosial yang dibangun atas dasar kebersamaan, kerja sama, dan sikap saling membantu antarwarga. Kegiatan gotong royong menjadi salah satu bentuk relasi sosial asosiatif yang masih dijalankan pasangan lansia bersama masyarakat sekitar. Melalui kegiatan tersebut, pasangan lansia tidak hanya membantu

pekerjaan bersama, tetapi juga mempertahankan hubungan sosial dengan tetangga dan lingkungan sekitar. Seperti apa yang di sampaikan Bapak Ajis *“Ketika ada kegiatan gotong royong seperti kerja bakti dan lain-lain saya selalu ikut membantu sehingga hubungan kami dengan tetangga maupun dengan masyarakat selalu baik.”* (Wawancara 24 februari 2026).

Selain itu, pasangan lansia juga aktif mengikuti kegiatan keagamaan seperti pengajian yang dilaksanakan secara rutin. Dalam kegiatan tersebut, mereka turut berpartisipasi dalam menyiapkan berbagai kebutuhan bersama masyarakat lainnya. Ibu Sair mengungkapkan *“Kalau hubungan dengan tetangga atau orang-orang di sekitar, alhamdulillah sampai sekarang masih baik-baik saja. Saya ini juga masih sering ikut pengajian dengan ibu-ibu di kampung. Biasanya tempatnya itu kadang di rumah warga, kadang juga di masjid, bergiliran begitu. Kalau mau mulai pengajian, kami biasa sama-sama bantu siapkan segala keperluan. Terus juga kalau ada hajatan atau acara di kampung, saya juga sebisa mungkin ikut bantu dengan ibu-ibu yang lain. Begitu saja, supaya tetap rukun dan tidak putus silaturahmi.”* (Wawancara 24 februari 2026). Hal ini menunjukkan bahwa pasangan lansia masih memiliki keterlibatan sosial dan tetap menjalankan peran dalam kehidupan bermasyarakat meskipun telah berada pada fase empty nest.

Relasi sosial asosiatif juga terlihat melalui keterlibatan pasangan lansia dalam komunitas pertanian yang pernah dibentuk oleh BPP yang di ikuti ibu Erna bersama suami ia mengatakan bahwa *“Kami pernah ikut kegiatan komunitas pertanian yang di adakan BPP. Meskipun kegiatan tersebut terakhir aktif 2019 lalu tapi hubungan kami dengan komunitas tersebut masih berjalan baik sampai sekarang. Pada kegiatan tersebut, kami melakukan media penanaman dan semua bahan sudah di sediakan oleh BPP, kemudian kami tanam bersama lalu di jual dan hasilnya di bagi bersama .* (Wawancara 25 februari 2026).Aktivitas tersebut dilakukan secara bersama-sama mulai dari proses penanaman hingga pembagian hasil panen. Walaupun komunitas tersebut sudah tidak lagi aktif, hubungan antaranggota masih tetap terjaga dengan baik. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengalaman bekerja bersama mampu membentuk hubungan sosial yang bertahan dalam jangka waktu lama. Rasa solidaritas, saling percaya, dan kebiasaan bekerja secara kolektif menjadi faktor yang memperkuat hubungan antaranggota komunitas. Selain dalam lingkungan masyarakat, relasi sosial asosiatif

juga tampak dalam hubungan pasangan suami istri lanjut usia. Berdasarkan hasil penelitian, pasangan lansia menunjukkan adanya kerja sama dan saling membantu dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, baik dalam pekerjaan rumah tangga maupun kegiatan berkebun. Bapak aji menyampaikan *“Saya dan istri saya selalu saling membantu, berbagi peran, dan saling mendukung. Kadang kalau ada pekerjaan rumah saya ikut membantu begitupun saat di kebun jika saya butuh istri saya pasti ikut membantu.”* (Wawancara 27 februari 2026). Hubungan tersebut mencerminkan adanya dukungan emosional serta pembagian peran yang berlangsung secara fleksibel antara pasangan. Keharmonisan dalam hubungan suami istri menjadi salah satu bentuk dukungan penting bagi pasangan lansia dalam menghadapi perubahan kehidupan pada fase empty nest.

Temuan tersebut dapat dijelaskan melalui teori interaksi sosial dari Georg Simmel yang memandang bahwa kehidupan sosial terbentuk melalui interaksi antarindividu yang berlangsung secara terus-menerus. Dalam pandangan Simmel, hubungan sosial akan berkembang melalui hubungan timbal balik yang dilakukan secara berkelanjutan (Hidayat, 2024). Keterlibatan pasangan lansia dalam berbagai aktivitas sosial menunjukkan adanya proses sociation, yaitu terbentuknya kehidupan sosial melalui hubungan kerja sama dan interaksi yang saling mendukung. Selain itu, hubungan pasangan suami istri dapat dipahami melalui konsep dyad, yaitu hubungan sosial yang melibatkan dua individu dengan kedekatan emosional yang kuat. Interaksi yang berlangsung secara intens antara pasangan menciptakan hubungan yang harmonis dan menjadi sumber dukungan emosional dalam kehidupan sehari-hari.

Selain relasi sosial asosiatif, penelitian ini juga menemukan adanya relasi sosial disosiatif dalam kehidupan pasangan lansia. Relasi disosiatif terlihat dalam bentuk kesalahpahaman, perbedaan pendapat, maupun konflik kecil yang terjadi dalam hubungan keluarga dan masyarakat. Berdasarkan hasil wawancara, konflik tersebut umumnya muncul akibat kurangnya komunikasi atau adanya emosi sesaat dalam mengambil keputusan. Salah satu bentuk relasi disosiatif terlihat ketika terjadi kesalahpahaman antara pasangan suami istri terkait peminjaman barang kepada tetangga tanpa sepengetahuan pasangan. Seperti yang di katakan ibu Dise *“Saat itu kebetulan barang punya suami di pinjam tetangga kemudian saya pinjamkan tanpa sepengetahuan suami yang akhirnya membuatnya marah kepada saya, karena saya juga*

*emosi mendengar suara keras suami, saat itu juga barang yang di pinjam kembali saya ambil sehingga membuat tetangga yang meminjam merasa kami pelit dan sempat tidak saling ngomong selama 2 hari. Namun setelah kembali kami jelaskan bisa saling memaafkan dan kembali normal.” (Wawancara 28 februari 2026).*Situasi tersebut menimbulkan ketegangan dalam hubungan keluarga maupun dengan lingkungan sekitar. Meskipun demikian, konflik yang terjadi umumnya hanya bersifat sementara dan tidak berkembang menjadi pertentangan yang berkepanjangan. Pasangan lansia cenderung menyelesaikan masalah melalui komunikasi, memberikan penjelasan, dan saling memaafkan.

Berdasarkan temuan penelitian, dapat dipahami bahwa kehidupan sosial pasangan lansia pada fase empty nest lebih banyak didominasi oleh relasi sosial asosiatif dibandingkan relasi disosiatif. Keterlibatan dalam aktivitas sosial, hubungan yang harmonis dengan pasangan, serta dukungan masyarakat sekitar menjadi faktor penting yang membantu pasangan lansia mempertahankan keseimbangan sosial dan emosional dalam kehidupan sehari-hari. Sementara itu, relasi disosiatif tetap muncul sebagai bagian dari dinamika sosial, namun konflik yang terjadi dapat diselesaikan melalui komunikasi dan sikap saling menghargai. Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan sosial memiliki peranan penting dalam membantu pasangan lansia menyesuaikan diri terhadap perubahan struktur keluarga pada fase *empty nest*.

### **C. Proses Adaptasi Sosial Pasangan lanjut Usia *Empty Nest***

Adaptasi sosial merupakan proses seseorang atau kelompok dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, nilai, norma, serta berbagai perubahan yang terjadi di masyarakat agar tetap dapat diterima dan menjalin hubungan sosial secara baik (Diswan et al., 2025). Dalam konteks pasangan lansia pada fase empty nest adaptasi sosial dapat di artikan sebagai proses penyesuaian terhadap perubahan dalam kehidupan keluarga ketika anak-anak tidak lagi tinggal bersama orang tua. Keadaan tersebut menimbulkan berbagai perubahan dalam kehidupan pasangan lansia, seperti berkurangnya interaksi dalam rumah tangga, munculnya rasa sepi, hingga perasaan kehilangan peran dalam keluarga. Di Desa Botutonuo, pasangan lansia mengalami proses penyesuaian secara perlahan melalui berbagai aktivitas sosial dan hubungan interpersonal yang membantu mereka menerima kondisi kehidupan yang baru.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasangan lansia melakukan penyesuaian

diri dengan memperkuat hubungan antar pasangan sekaligus membangun relasi sosial yang lebih luas dengan lingkungan sekitar. Temuan ini diperoleh melalui wawancara dan observasi yang memperlihatkan bahwa pasangan lansia masih aktif mengikuti berbagai kegiatan sosial, seperti gotong royong, pengajian, komunitas pertanian, kegiatan kesehatan, serta aktivitas berkumpul bersama masyarakat dan teman sebaya. Keterlibatan dalam berbagai aktivitas tersebut menjadi salah satu cara bagi lansia untuk tetap merasa terhubung dengan lingkungan sosial dan mempertahankan keberadaan mereka dalam kehidupan bermasyarakat.

Berdasarkan hasil wawancara, pasangan lansia berusaha membangun kembali hubungan suami istri setelah anak-anak tidak lagi tinggal serumah. Kehidupan rumah tangga yang sebelumnya lebih banyak berfokus pada pengasuhan anak perlahan berubah menjadi hubungan yang lebih terarah pada kebersamaan antar pasangan. Seperti yang di sampaikan ibu Sair *“Semenjak kami hanya tinggal berdua kami membangun kembali peran suami istri sebagaimana sebelum kami punya anak, selain itu menurut saya keterhubungan yang baik dengan orang membuat kami merasa tetap punya keluarga dekat.”* (Wawancara 25 februari 2026). Kondisi ini membuat pasangan lansia mulai menyesuaikan kembali pembagian peran dalam rumah tangga serta memperkuat kedekatan emosional di antara mereka. Selain itu, keterlibatan dalam kegiatan sosial yang di ikuti memberikan dukungan dan menciptakan hubungan sosial yang terasa seperti keluarga. Hubungan tersebut membantu pasangan lansia mengurangi rasa kehilangan akibat berkurangnya interaksi dengan anak-anak.

Proses adaptasi sosial juga terlihat melalui hubungan yang dibangun dengan teman sebaya dan masyarakat sekitar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas berkumpul, berbagi cerita, dan saling memberikan dukungan dengan teman sebaya menjadi bagian penting dalam membantu lansia menghadapi perubahan kehidupan pada fase empty nest. Seperti apa yang di sampaikan ibu Dise *“Kalau menurut saya, ya meskipun di usia yang sudah tua dengan sering bergaul dan kumpul-kumpul dengan teman-teman, saling cerita kalau ada masalah, mendapat dukungan dari mereka, pelan-pelan saya jadi terbiasa dengan keadaan sekarang ini.”* (Wawancara 2 februari 2026). Interaksi tersebut memberikan dukungan emosional yang membantu pasangan lansia mengurangi rasa kesepian dan secara perlahan menerima keadaan yang sedang mereka alami. Keterlibatan lansia dalam hubungan sosial yang aktif menunjukkan bahwa

interaksi dengan lingkungan sekitar tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga menjadi bentuk dukungan emosional dan sosial. Melalui hubungan tersebut, pasangan lansia tetap merasa dihargai, diterima, serta memiliki peran dalam kehidupan masyarakat.

Kondisi ini membantu mereka mempertahankan rasa percaya diri dan mengurangi perasaan terasing setelah anak-anak tidak lagi tinggal bersama. Selain melalui hubungan sosial di lingkungan masyarakat, proses adaptasi pasangan lansia juga dilakukan melalui partisipasi dalam kegiatan kesehatan seperti sosialisasi kesehatan dan posyandu lansia. Berdasarkan hasil wawancara, bapak Ajis dan Ibu marlin mengikuti kegiatan tersebut tidak hanya untuk menjaga kondisi fisik, tetapi juga sebagai bentuk dukungan psikologis dalam menghadapi perubahan kehidupan pada usia lanjut. *“kami sebagai pasangan lanjut usia yang hanya tinggal berdua tentunya saling menguatkan, ketika ada kegiatan sosialisasi kesehatan dan posyandu yang diadakan di desa kami selalu ikut. Bagi kami, kegiatan tersebut tidak hanya penting untuk menjaga kondisi fisik kami, tetapi juga menjadi bentuk terapi yang membantu kami untuk lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan dan belajar menerima keadaan demi keberlanjutan hidup”* (Wawancara 27 februari 2026). Kegiatan tersebut membantu lansia meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan sekaligus mempermudah mereka menerima kondisi kehidupan yang sedang dijalani.

Temuan penelitian ini dapat dipahami melalui teori interaksi sosial dari Georg Simmel yang menjelaskan bahwa kehidupan sosial terbentuk melalui hubungan timbal balik antarindividu. Dalam pandangan Simmel, kualitas hubungan sosial tidak hanya ditentukan oleh frekuensi pertemuan, tetapi juga oleh kedalaman hubungan emosional yang dibangun melalui proses saling berbagi pengalaman dan dukungan. Hal tersebut terlihat pada pasangan lansia di Desa Botutonuo yang membangun hubungan sosial melalui keterlibatan dalam kegiatan masyarakat, hubungan dengan teman sebaya, serta penguatan hubungan antar pasangan. Selain itu, keterlibatan pasangan lansia dalam berbagai aktivitas sosial menunjukkan bahwa mereka tetap aktif dalam membangun kembali makna sosial dalam kehidupannya. Lansia tidak hanya berusaha mengurangi rasa kesepian akibat perubahan struktur keluarga, tetapi juga menciptakan hubungan sosial baru yang mampu memberikan dukungan emosional dan sosial. Proses tersebut membantu pasangan lansia mempertahankan rasa memiliki, kebermanfaatan, dan

keberlanjutan peran sosial dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan demikian, proses adaptasi sosial pasangan lansia pada fase empty nest memperlihatkan bahwa interaksi sosial memiliki peranan penting dalam membantu lansia menghadapi perubahan kehidupan keluarga. Penguatan hubungan antar pasangan, keterlibatan dalam aktivitas sosial, serta dukungan dari lingkungan sekitar menjadi faktor yang membantu pasangan lansia menjaga keseimbangan emosional dan sosial pada usia lanjut. Temuan ini menunjukkan bahwa pasangan lansia tidak bersikap pasif terhadap perubahan yang terjadi, melainkan aktif membangun strategi penyesuaian diri melalui hubungan sosial yang terus dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai dinamika relasi sosial pasangan lanjut usia empty nest di Desa Botutonuo, dapat disimpulkan bahwa pasangan lansia tetap mampu membangun dan mempertahankan relasi sosial yang aktif meskipun anak-anak tidak lagi tinggal bersama mereka. Fase empty nest pada awalnya memunculkan perubahan emosional, kehilangan peran, serta berkurangnya interaksi dalam kehidupan sehari-hari. Namun, kondisi tersebut tidak membuat pasangan lansia menarik diri dari lingkungan sosial, melainkan mendorong mereka untuk melakukan penyesuaian dan membangun kembali keseimbangan hidup. Melalui proses adaptasi dilakukan dengan mempererat hubungan antar pasangan, memperluas hubungan sosial dengan masyarakat sekitar, serta aktif mengikuti kegiatan sosial, keagamaan, maupun kesehatan. Keterlibatan dalam berbagai aktivitas tersebut membantu pasangan lansia mengurangi rasa kesepian, memperoleh dukungan emosional, dan tetap mempertahankan peran sosial dalam kehidupan masyarakat.

Relasi sosial yang dibangun pasangan lansia menunjukkan adanya hubungan asosiatif dan disosiatif dalam kehidupan sehari-hari. Relasi asosiatif tampak melalui kerja sama, sikap saling membantu, komunikasi yang baik, serta keikutsertaan dalam kegiatan sosial. Sementara itu, relasi disosiatif terlihat dari munculnya perbedaan pendapat dan konflik ringan dalam rumah tangga. Namun, kondisi tersebut umumnya dapat diatasi melalui komunikasi dan sikap saling pengertian. Berdasarkan perspektif teori interaksi sosial Georg Simmel, relasi sosial pasangan lansia di Desa Botutonuo mengalami perkembangan dari hubungan dyad yang hanya melibatkan dua individu

menuju hubungan triad dan kelompok sosial melalui keterlibatan aktif dalam kehidupan masyarakat. Interaksi yang dibangun melalui komunikasi, kerja sama, dan partisipasi sosial menciptakan hubungan timbal balik yang semakin memperkuat keterikatan sosial pasangan lansia dengan lingkungan sekitarnya.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan oleh penulis, maka diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi pasangan lansia

Pasangan lansia diharapkan tetap aktif dalam berbagai kegiatan sosial maupun aktivitas produktif, seperti, mengikuti arisan, kegiatan keagamaan, posyandu serta berkebun dan berdagang. Keterlibatan tersebut penting untuk membantu mengurangi rasa kesepian, menjaga kondisi kesehatan, serta mempererat hubungan dengan lingkungan masyarakat.

2. Bagi keluarga (anak-anak)

Anak-anak diharapkan perlu menjaga hubungan yang baik dengan orang tua meskipun tidak tinggal bersama, misalnya melalui komunikasi secara online yang rutin, kunjungan secara berkala, maupun bentuk perhatian lainnya. Dukungan emosional tersebut dapat membantu lansia tetap merasa diperhatikan dan memiliki kedekatan dengan keluarga.

3. Bagi pemerintah desa dan masyarakat

Pemerintah desa dan masyarakat diharapkan dapat terus mempertahankan serta mengembangkan berbagai program yang melibatkan lansia, seperti posyandu, sosialisasi kesehatan, kegiatan keagamaan, kerja bakti, serta penyuluhan pertanian. Program-program tersebut tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan, tetapi juga menjadi wadah penting dalam membangun interaksi sosial dan kebersamaan di kalangan lansia.

4. Bagi kelompok sosial di masyarakat

Kelompok-kelompok sosial seperti arisan, pengajian, dan komunitas tani diharapkan tetap berjalan secara aktif dan terbuka bagi lansia. Keberadaan kelompok ini berperan penting dalam membentuk hubungan sosial yang harmonis, memperkuat solidaritas, serta memberikan dukungan emosional bagi para lansia.

5. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih mendalam, mengingat masih terdapat keterbatasan dalam penelitian ini. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat dilakukan untuk melihat perubahan dinamika relasi sosial pasangan lansia dalam jangka waktu tertentu, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai proses adaptasi lansia dalam menghadapi fase empty.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Amin, M. (2022). Relasi Sosial Dalam Al-Qur'an. *QiST: Journal of Quran and Tafseer Studies*, 1(1), 30–47. <https://doi.org/10.23917/qist.v1i1.523>
- Andrianti, resna, R. H. (2023). Pola Relasi Lansia dalam Pemenuhan Kebutuhan Psikologis: Studi Deskriptif di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 14(2), 271–274.
- Anisa Br Pelawi, Santa Elvira Nainggolan, S. J. M. (2025). Ketimpangan Sosial dalam Cerpen “ Gerobak ” Karya Seno Gumira Ajidarma ( Teori Interaksi Sosial George Simmel ). *Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 1(3), 364–371.
- Asep Mulyana, C. V. (2024). *Metode Penelitian Kualitatif*.
- Dewi, F. iriana roesmala, Budiarto, Y., Wardani, A. kusuma, Diningrum, A. S., Lilianie, C., & Lau, A. (2022). Peran Dukungan Sosial Dan Resiliensi Terhadap Kualitas Kehidupan Orang Tua Empty Nest. *Jurnal Pendidikan, Sains Sosial, Dan Agama*, 8(1), 223–232. <https://doi.org/10.53565/pssa.v8i1.458>
- Diswan, A. F., Andari, S. K., & Putra, A. R. (2025). Adaptasi Sosial Lansia di Panti Jompo Kota Semarang. *Urnal Kesehatan Amanah*, 9(1), 365–375.
- Dr. H. Zuchri Abdussamad, S.I.K., M. S. (2021). Metode Penelitian Kualitatif. In *ペインクリニック学会治療指針 2*.
- Dwisetyo, B. (2024). Strategi Holistik Peningkatan Kualitas Hidup Lansia. In *Buku*. <https://ejournal.amertamedia.co.id/index.php/press/article/view/250%0Ahttps://ejournal.amertamedia.co.id/index.php/press/article/download/250/155>
- Firmansyah, D. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian : Literature Review General Sampling Techniques in Research Methodology : Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik*, 1(2), 85–114.
- Hasanah, S., & Efendi, A. N. (2024). Relasi Sosial dan Otoritas Tradisional dalam Novel Damar Kambang Karya Muna Masyari: Perspektif Sosiologi Max Weber. *Gurindam*:

- Jurnal Bahasa Dan Sastra*, 4(1), 27–47. <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/gurindam/article/view/29594>
- Hidayat, A. K. (2024). Falsafah Hidup Bugis Dalam Kerukunan Beragama : *Journal of History and Social Sciences*, 3(3), 181–191.
- Juneja, Anisha, A. (2020). Exploring the quality of life of couples whose children are settled abroad. *Journal of Geriatric Mental Health*, 7(2), 94–99. <https://doi.org/10.4103/jgmh.jgmh>
- Mohebi, S., Parham, M., Sharifirad, G., & Gharlipour, Z. (2024). Empty nest syndrome: A concept analysis. *Journal of Education and Health Promotion*, 13(2), 1–10. <https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- Putri, R. D. (2024). EMPTY NEST SYNDROME PADA PASANGAN LANSIA DI. *Skripsi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa*, 1–89.
- Raudhoh, S., & Pramudiani, D. (2021). Lansia Asik, Lansia Aktif, Lansia Poduktif. *Medical Dedication (Medic) : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), 126–130. <https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13458>
- Ricco Habil, & Berlianti, B. (2023). Kehidupan Ekonomi, Sosial, dan Kesehatan Lansia dalam Pengasuhan Keluarga di Lingkungan IV Galang Kota. *SOSMANIORA: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 108–121. <https://doi.org/10.55123/sosmaniora.v2i1.1764>
- Rifa'i, Y. (2023). Analisis Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Pengumpulan Data di Penelitian Ilmiah pada Penyusunan Mini Riset. *Cendekia Inovatif Dan Berbudaya : Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 1(1), 31–37. <https://doi.org/10.59996/cendib.v1i1.155>
- Syamil, A., Falasifah, N., Razali, G., Hurit, R. U., Asman, A., Lestariningsih, Radjawane, L. E., Bagenda, C., Amane, A. P. O., Tingga, C. P., Saloom, G., S, S., Gultom, N. B., Fadhilatunnisa, D., Fakhri, M. M., & Rosidah. (2023). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi. In *Media Sains Indonesia* (Issue November).
- Syarif Nurullah, Drs. Parmin, M. H. (2022). Persoalan Sosial Dalam Novel Cikuya , 15730 Karya Sungging Raga : Kajian Sosiologi Sastra Georg Simmel. *Jurnal SAPALA*, 9(01), 98–108.
- Wulandari, & Irfan, M. (2023). Active Aging Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lanjut Usia. *Share : Social Work Journal*, 13(1), 102. <https://doi.org/10.24198/share.v13i1.46851>